

РОЛЬ ПЕДАГОГА В ОЗДОРОВЛЕНИИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**В.А.Артемов, И.Н.Гойшик, М.И.Сулейманова**

Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина, phiscult@brsu.brest.by

Проблема сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи становится все более актуальной. Статистика о состоянии здоровья студентов подтверждает, что большая часть из них имеет различные пограничные состояния. Ослабленное состояние организма учащихся, экологические проблемы, недостаточное питание, гиподинамия предъявляет особые требования к преподавателю физической культуры, деятельность которого включает не только развитие и совершенствование физических качеств, но и важный аспект – формирование здорового образа жизни (ЗОЖ) студенческой молодежи. Преподаватели физической культуры должны оказывать максимально возможное влияние на студентов, с тем, чтобы воспитать их физически здоровыми и активными личностями. Оздоровительное влияние на студентов преподаватель должен оказывать не только содержанием учебных занятий по физической культуре, но и всей своей личностью, поведением, привычками, отношением к своему делу и особенно к студентам.

Согласимся с мнением О.А. Абдулиной, что уровень знаний преподавателя, методы его работы, которые становятся примером для студентов, стиль отношений со студентами, идейный и нравственный облик являются основными линиями влияния педагога на личность студентов.

Определим ряд теоретических вопросов, которым, по нашему мнению, необходимо уделять внимание на занятиях физическим воспитанием со студентами: физиологические особенности организма человека, оздоровительные программы, лечебная физическая культура, методы самоконтроля за собственным состоянием здоровья и др. Существенная роль в формировании мотивации студентов к ЗОЖ отводится такому приему как просвещение. Просвещение – действия преподавателя, направленные на формирование сознания студентов, основным воздействием является слово, которое должно органически сочетаться с убеждением, делом, с практикой. Формирование убежденности в необходимости занятий по физической культуре обязано подкрепляться определенными личными качествами преподавателя и требованиями с его стороны (уважение к личности студента, адекватность физической нагрузки возможностям занимающихся, контроль выполнения упражнений и др.).

Несомненно, для формирования мотивации студентов к ЗОЖ преподавателю физической культуры необходимы знания о сущности здорового образа жизни, его составляющих, а также методологии их внедрения в жизнедеятельность учащейся молодежи.

В рамках этой проблемы был проведен опрос преподавателей кафедры физической культуры БрГУ имени А.С. Пушкина с целью изучения отношения к здоровому образу жизни. На вопрос: «Что Вы используете для сохранения и укрепления своего здоровья?» респонденты давали высказывания в письменной форме. Анализ ответов осуществлялся с помощью методики контент-анализа. Составлялась матрица высказываний и рассчитывалась частота упоминаний различных средств сохранения и укрепления здоровья. Далее было проведено ранжирование этих средств. Самое популярное средство укрепления и сохранения здоровья — занятия физической культурой и спортом. На втором месте — правильное питание. Отсутствие вредных привычек занимает третье место в ранге средств сохранения и укрепления здоровья. Использование таких средств, как закаливание, соблюдение режима дня занимает лишь последние места и используется немногими респондентами и т. д.

Анализ ответов преподавателей физической культуры свидетельствует, что для укрепления своего здоровья респонденты используют в основном одно-два средства (68,4 % респондентов); комплекс разнообразных средств (четыре и более) — лишь небольшой процент (10,5%). Как на одну из основных причин можно указать отсутствие полных сведений о средствах укрепления и сохранения своего здоровья.

Таким образом, для осуществления оздоровительной направленности занятий по физической культуре необходимо уделять большое внимание формированию мотивационной сферы студентов, где особая роль возлагается на такие приемы как просвещение и личный пример педагога, а также повышать компетентность преподавателей в вопросах формирования здорового образа жизни.

Совершенствование преподавания физической культуры в высших учебных заведениях теснейшим образом связано с решением образовательного аспекта личности педагога. Важнейшим аспектом самообразования преподавателей ФК является научно-исследовательская деятельность преподавателей совместно со студентами, осуществляемая в рамках проблемы «Научно-методические основы и социально-педагогические аспекты физического совершенствования населения в условиях урбанизации».